

清风“徐”来 实力之“汇”

□ 赵敏

“宛平南路 600 号”是徐汇区的一处特别所在,在很长时间里,它是“讳言的角落”;不过,这两年它“出圈”了。从“600 号月饼”到“600 号口罩”“600 号艺术药丸”表情包,纷纷走红网络。

“宛平南路 600 号”其实是上海市精神卫生中心的地址代称。作为医院的管理者,我有幸见证了中心和徐汇锐意进取、奋发有为、共同成长的十年。

十年来,徐汇发生了更新蝶变,进入高质量发展的快车道。十年间,通过健康徐汇行动,优化医疗资源布局,深化医联体建设,完善社区卫生服务网络,打造了“医防融合”的公共卫生服务体系。一系列的改变和成就,让我这个工作在徐汇、成长在徐汇的“徐汇人”倍感自豪。

做社会需要的研究

众所周知,药物滥用(吸毒)及其相关疾病(艾滋病及其他性传播疾病、丙肝等)的传播已成为全球面临的最严重公共卫生问题之一,严重影响患者身心健康,危害家庭社会安全。

1999 年博士研究生毕业后,我来到上海市精神卫生中心工作,以物质/毒品成瘾的临床和基础研究为主攻方向,带领研究团队,深耕二十三年,从实际需求出发,以“海洛因依赖心理干预技术及康复模式研究”为主要思路,首次建立一系列针对我国不同阶段及不同戒毒治疗机构的物质滥用患者特点的心理行为干预方法,首次将系统脱敏与生物反馈技术相结合,设计了有效降低海洛因依赖者心理渴求的干预方法。首次在不同物质滥用治疗机构开展个案管理、列连管理、系统认知行为治疗等心理行为干预,设计了适合我国社区美沙酮维持治疗门诊的干预方案,使戒毒后的复吸率下降 20%。研究成果获得国家科技进步二等奖、上海市科技进步二等奖,入选上海领军人才,评为上海“最美科技工作者”。

在这个过程中,得到中心同道、师长和徐汇各级领导的大力支持,中心开设了成瘾门诊、建立自愿戒毒中心、创设上海唯一的医疗戒毒专业网站。根据新型毒品成瘾的特点,依托国家重点研发计划、国家自然科学基金重点项目等,首次在国内建立了具有循证依据的、针对苯丙胺成瘾者的多维度“WARM 干预模式”,显著降低成瘾行为的复发率及社会风险,为平安徐汇、平安上海作出一份贡献。

打造心理健康“朋友圈”

今年二月,在徐汇区政协的牵线搭桥下,我率队前往同是政协委员的唐丽青所

在的徐汇区艺术馆进行参观。参观期间,我们两家团队一拍即合,决定联手文创产品的跨界合作,“600 号艺术药丸”表情包由此“诞生”。未来,还将携手推出与之相关的进阶版系列文创,共奏艺术疗愈的“协奏曲”。

近年来,徐汇区围绕“卓越徐汇、典范城区”发展目标,以人民健康为中心,积极打造健康治理新格局。作为身处徐汇,上海唯一的精神卫生三级甲等专科医院,我们积极参与健康徐汇行动,精准对接人民群众对美好健康生活的需要,以更高站位、更宽视野,融入对长三角和全国的辐射带动作用,提升精神卫生健康服务品牌的认知度和影响力。

十年来,从海南到新疆,我们联动全国近 20 家精神卫生机构,全力构筑新时代精神医学新高地;搭建全市“1+16”区域医疗联合体,为城市穿上“心理防护服”;建设上海市精神科医联体互联网总医院,拓展精神卫生“上海模式”新内涵;主动拥抱互联网云计算、大数据、AI 等新兴技术,为精神卫生“智慧赋能”。

回眸十载,如一幅画卷徐徐铺展,这里汇聚每一位徐汇人的热情、智慧、果敢、真诚……我将与我所热爱的徐汇一起,满怀豪情、奋发有为,砥砺前行、勇毅前行,努力在这座光荣的城市增添新的荣光,以实际行动庆祝党的二十大胜利召开!

(作者系徐汇区政协委员、上海市精神卫生中心院长)

我家的自行车

□ 王尧琪

我家的一辆 28 寸永久牌“退役”自行车,是我进单位两年后,用排队才轮到的一张自行车票买的,花了整整三个月工资,它朝夕陪我一起工作、学习、生活近 50 年。在两年前楼道整治时,这辆“退役”旧车被清理了,但它一直留在我的记忆里。

在我年轻时,自行车是家庭出行的主要交通工具,路上到处见到自行车。一家三口出行,孩子坐自行车的前面,爱人坐在后面。每天上班上学,我们都是三车同行,女儿按铃开路,后面爱人唠叨着家里的柴米油盐。蹬车的我,会低下头问问女儿在幼儿园听不听话?考试得了多少分?每天来来回回,一条路上,熟悉的路人都会点头打招呼。

第一届教师节,区少年宫举办庆祝晚会,我拿到了单位里唯一的一张拍彩照的优待券。下了班,三口之家一辆自行车,迎着一路凉爽的晚风,心里别提有多高兴了。我家住的地方离区少年宫很远,乘车很不方便,感谢那辆自行车,圆了我 5 岁女儿的彩照梦。上世纪八十年代初,彩照对平常人家来说,是一个稀罕物。取回彩照后,全家老少、邻居争着看,女儿拿给老师看,爱人也拿给单位同事看,拿着我们家的第一张彩照,真的像得了宝似的。

那个年代,上下班挤公交车,是现在的年轻人不能想象的。有了自行车,就不用挤公交车了,时间自己掌控,接送小孩也方便。买一辆自行车要三个月的工资,自然是家里的贵重物品,都十分爱惜。车座下面都塞有一团回丝或干布,随脏随擦,车都擦得油光锃亮,修车补胎也是自己动手。

自行车还是家里的生活用具,买菜买菜用到它,特别是买煤球煤饼,一两百斤装筐后就用自行车运回家,有时还得两个人,前面的人推着把着车龙头,后面的人帮忙推着护着。那时购物都要凭票,为了改善生活,我们会骑自行车到上海远郊乡镇采购些肉蛋鱼副食品,来回要一整天。

走亲访友,也要用到自行车。交通不便的地方,一大家子几辆自行车,小孩老人安排得“妥妥的”。就是这辆自行车,好几次半夜送邻居发烧的孩子去儿童医院急诊,现在遇到老邻居,说起这些往事,心里还是有点甜甜的。

改革开放以后,大家都感受到我们国家正在经历着翻天覆地的大变化,百姓生活越来越美好,城市面貌也日新月异。女儿家有了小轿车,我上班也用了电动自行车。

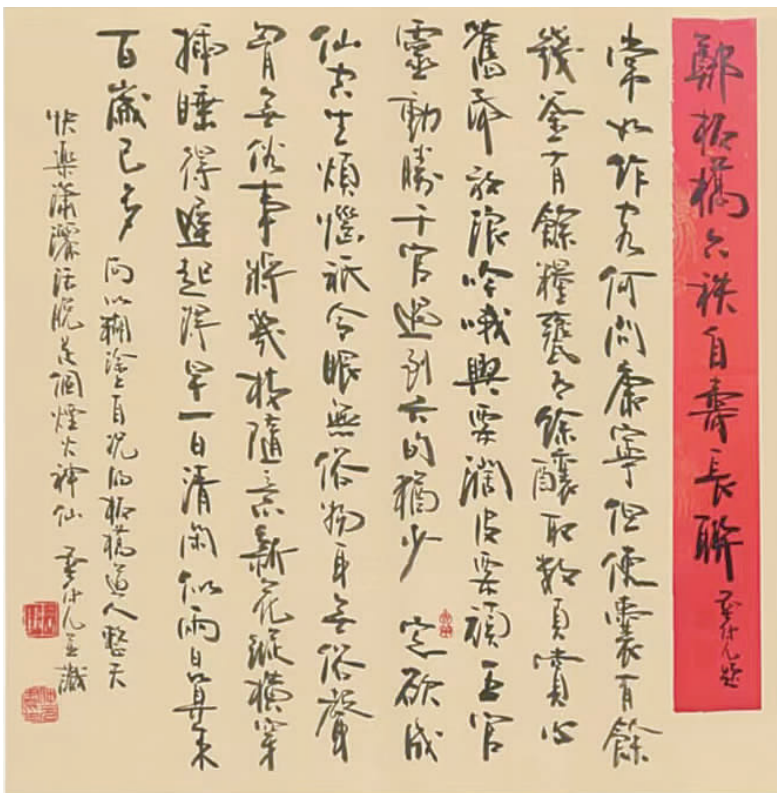
退休后外出,路程远的,就乘公交地铁,非常舒适、十分方便。平时,我还是喜欢骑自行车,大路宽阔小道平坦,交通秩序良好,不赶时间、悠然自得。边骑边看风景,还可以锻炼身体。

桑仲元

中国书法家协会会员、原上海市书法家协会理事、上海市徐汇区书画协会顾问



书画艺坛



▲ 书法《郑板桥六秩自寿长联》

◀ 书法《澈》

